Wegańskie placki bananowo-gryczane

wegeweda

Polecane na: **śniadanie**

Warto wiedzieć:

20 min | łatwy | 4 porcje

Składniki:

- mąka gryczana - 1 szklanka
- mąka orkiszowa jasna - 1/2 szklanka
- dojrzały banan - 1 szt.
- mleko roślinne - 1 i 1/2 szklanka
- soda oczyszczona - 1/2 łyżeczka
- olej kokosowy - 2 łyżka
- sól himalajska - szczypta
- olej kokosowy do smażenia (opcjonalnie) -

Dodatkowe info:

* Jeżeli masz patelnię z powłoką ceramiczną możesz usmażyć placki na suchej patelni, bez dodatku oleju.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Obranego ze skóry banana rozgnieć widelcem na gładką masę. Dolej mleko i olej kokosowy. Mieszaj do połączenia składników. Dosyp obie mąki, proszek do pieczenia, sól i ponownie dokładnie wymieszaj.

KROK 2: Na rozgrzaną patelnię* nałóż po kilka placuszków i usmaż z obu stron na złoty kolor. Gotowe!